НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ХОГОКЗ

СТАДНІК А. В., МЕЛЬНИК Ю. Б.

Стабільність психічного здоров'я – коротка форма

Методичний посібник

KRPOCH

НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ХОГОКЗ
Соціально-психологічний центр ХОГОКЗ

Стаднік А. В., Мельник Ю. Б.

Стабільність психічного здоров'я – коротка форма

методичний посібник

Харків
"ХОГОКЗ"
2023

УДК 159.972(072)
DOI https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.7.2023
С 77

Укладачі:
Стаднік А. В.
доктор філософії з медичних наук (PhD), доцент
Мельник Ю. Б.
доктор філософії з освітніх наук (PhD), доцент,
психолог вищої кваліфікаційної категорії,
"Практичний психолог – методист"

Рекомендовано
Вченою радою
Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ
(протокол № 1 від 10.08.2023 р.)

Погоджено
Науково-методичною радою
Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ
(протокол № 1 від 10.08.2023 р.)

С 77 Стаднік А. В., Мельник Ю. Б. Стабільність психічного здоров'я – коротка форма: метод. посіб. (укр. версія). Харків: ХОГОКЗ. 2023. 12 с. https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.7.2023

Методичний посібник "Стабільність психічного здоров'я – коротка форма" розкриває основні положення україномовної версії опитувальника із 14 пунктів. Посібник містить інформацію, яка дозволяє ознайомитися з методикою дослідження. Запропоновано інструкцію до опитувальника, а також бланк і програму математичної статистики, які дозволяють швидко та зручно обробляти результати. Наведено літературу з першоджерелами, зразками аналогічних досліджень та посилання на сайт з розробленими Google Forms. Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

УДК 159.972(072)

Cite this manual in APA style as:
Stadnik, A. V., & Melnyk, Yu. B. (2023). *Stabilnist psykhichnoho zdorovia – korotka forma [The Mental Health Continuum – Short Form]*. KRPOCH. https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.7.2023

ЗМІСТ

ВСТУП

Методичний посібник “Стабільність психічного здоров’я – коротка форма” розкриває основні положення україномовної версії опитувальника Mental Health Continuum - Short Form, MHC-SF (Keyes et al., 2008) із 14 пунктів.

Континуум психічного здоров'я - коротка форма MHC-SF - це опитувальник психічного здоров'я, які респонденти заповнюють самостійно, досліджуючи емоційний EWB (3 пункти), соціальний SWB (5 пунктів) та психологічний PWB (6 пунктів) стани респондента. Учасники відповідали за 6-бальною шкалою Лайкерта, від 0 (ніколи) до 5 (щодня).

Бали можна підраховувати як безперервно, так і категорично. У дослідженні переважно використовується безперервна система підрахунку балів; бали за кожною субшкалою підсумовувалися (тобто EWB [діапазон від 0 до 15], SWB [діапазон від 0 до 25] і PWB [діапазон від 0 до 30]), а загальна оцінка за 14 пунктами становила загальну оцінку благополуччя (діапазон від 0 до 70). Вищі бали вказують на більш позитивний стан психічного здоров'я, і навпаки.

Запропоновано інструкцію до опитувальника, а також бланк (Таблиця 1), який дозволяє швидко та зручно обробляти результати.

Проведенні авторами дослідження (Pypenko et al., 2023; Stadnik et al., 2022; Stadnik et al., 2023) довели ефективність використання розроблених Google Forms (https://doi.org/10.26697/sri.research-projects), а також математичну обробку даних за допомогою програмного забезпечення SPSS 27.0 software.

Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

ІНСТРУКЦІЯ:

Опитування проводиться з метою дослідження особистого самопочуття. Опитування є добровільним і анонімним.

Будь ласка, прочитайте кожне твердження та оберіть те, що стосується вас. Немає правильних чи неправильних відповідей. Не витрачайте занадто багато часу на будь-яку заяву. Відповіді мають бути на всі питання.

Шкала оцінок виглядає наступним чином: 0 - ніколи, 1 - один чи два рази, 2 - приблизно раз на тиждень, 3 - приблизно два або три рази на тиждень, 4 - майже щодня, 5 - щодня.

Протягом останнього місяця, як часто ви відчували, що...

1. Ви – щасливий.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

2. Ви - цікавитесь життям.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

3. Ви - задоволений життям.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

4. Ви мали щось важливе для суспільства.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

5. Ви належали до спільноти (наприклад, соціальної групи чи вашого району).
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

6. Наше суспільство є хорошим місцем, або стає кращим місцем, для всіх людей.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

7. Люди в основному добрі.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

8. Те, як працює наше суспільство, має сенс для вас.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;

- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

9. Вам подобалася більшість частин вашої особистості.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

10. Ви - добре справляєшся зі своїми щоденними обов’язками.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

11. У вас були теплі та довірливі стосунки з іншими.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

12. У вас був досвід, який спонукав вас рости та ставати кращою людиною.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

13. Ви - впевнено думати чи висловлювати власні ідеї та думки.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

14. Ваше життя має певний напрямок або сенс.
- 0 - ніколи;
- 1 - один чи два рази;
- 2 - приблизно раз на тиждень;
- 3 - приблизно два або три рази на тиждень;
- 4 - майже щодня;
- 5 - щодня.

Дякуємо за Ваш час та відповіді!

Таблиця 1.

Бланк відповідей

1	**2**	**3**	**4**
5	**6**	**7**	**8**
9	**10**	**11**	**12**
13	**14**		

ЛІТЕРАТУРА

1. Keyes, C. L. M., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the mental health continuum–short form (MHC–SF) in setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 15*(3), 181–192. https://doi.org/10.1002/cpp.572

2. Pypenko, I. S., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., & Mykhaylyshyn, U. B. (2023). The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals, 6(2)*, 20–31. https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2

3. Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Babak, S. A., Vashchenko, I. V., & Krut, P. P. (2022). Psychological distress among students and cadets of universities in the war conditions. *International Journal of Science Annals, 5*(1-2), 20–29. https://doi.org/10.26697/ijsa.2022.1-2.0

4. Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Mykhaylyshyn, U. B., & de Matos, M. G. (2023). Peculiarities of the psychological well-being and social adaptation of young students and cadets in wartime conditions. *International Journal of Science Annals, 6*(1), 22–30. https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.1.7

Для нотаток

Навчальне видання

Стабільність психічного здоров'я – коротка форма

методичний посібник

СТАДНІК Анатолій Володимирович
МЕЛЬНИК Юрій Борисович

DOI: https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.7.2023

Видається в авторській редакції
Відповідальний випусковий: Ю. Б. Мельник
Комп'ютерне складання та верстання: А. В. Стаднік

Формат 80х64 1/6
Гарн. "Times". Папір для мн. ап. Друк цифровий.
Ум. друк. арк. 0,65. Зам. № 2-12
Тираж 100 пр.

Науково-дослідний інститут ХОГОКЗ
https://institute.culturehealth.org

Харківська обласна громадська організація "Культура Здоров'я"
Україна, 61105, м. Харків, пров. Забайкальський, 6/6.
Emails: CultureHealth@ukr.net; KOSOCH@gmail.com;
https://doi.org/10.26697/publisher; T/F: +38 057 775 75 23.
Свідоцтво про державну реєстрацію видавництва
ДК № 4387 від 10.08.2012



Стаднік Анатолій Володимирович

доктор філософії з медичних наук (PhD), доцент;
доцент Ужгородського національного університету,
Харківського національного університету внутрішніх справ;
директор Соціально-психологічного центру ХОГОКЗ



Мельник Юрій Борисович

доктор філософії з освітніх наук (PhD),
доцент, психолог вищої категорії,
практичний психолог-методист;
директор Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ

Методичний посібник “Стабільність психічного здоров’я – коротка форма” розкриває основні положення україномовної версії опитувальника. Наведено літературу з першоджерелами, зразками аналогічних досліджень та посилання на сайт з розробленими Google Forms.
Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

DOI: 10.26697

KRPOCH Publishing